

**Samstag, 12. März 05**

**10h Begrüßung und Einführung**

10.30h – 12.30h

**W1 Volker Buddrus: Rückkehr zum Sein**

Rückkehr zum Sein ist eine Verheißung, sogar eine zu verwirklichende. Doch was heißt Rückkehr und was heißt Sein? Ich gehe davon aus, dass alle Menschen als kleine Kinder mehr oder weniger direkt Seinserfahrungen hatten. Diese konnten aber im Verlauf des Aufwachsens nicht zur Geltung gebracht werden und sind weitgehend verkümmert. Die Narben dieser Verkümmierung sind zugleich Einstiegswege für die Rückkehr ins Sein. Und Sein ist der Erfahrungsbereich der spirituellen Qualitäten der Seele. Ein weitgehend unbekannter Kontinent und noch viel mehr.

In diesem Workshop stelle ich, unter Einbezug meiner eigenen Erfahrungen, einen Entwicklungsweg vor, der psychologische und spirituelle Erfahrungsbereiche verbindet.

Ich gebe eine kurze Einführung in die Qualitäten des Seins, die Seinsqualitäten des kleinen Kindes und wie diese ausgetrieben werden, über das biografische Selbst als Notfallausrüstung und über Methoden der Rückkehr zum Sein.

Im praktischen Teil werden die Voraussetzungen für einen Erkundungsprozess zu den Narben abgeklärt und der Weg ggf. durch eine Vorübung erleichtert. Dann demonstriere ich den Anfang eines Erkundungsprozesses. Alle Teilnehmer können anschließend in einer Übung selber erste Erfahrungen mit diesem Prozess gewinnen. Zum Abschluss tauschen wir uns über unsere Erkenntnisse aus und ich beantworte Fragen.

**W2 Annette Ihme-Krippner: Wenn die Pferde durchgehen...**

oder:

Überflutung und Kontrollverlust als Folge schwerwiegender seelischer und physischer Traumata, und Möglichkeiten die Zügel wieder zu erobern.

Physische, psychische und sexuelle Gewalt am Menschen ist immer auch Gewalt an seiner Seele und kann ein nachhaltiges Psychotrauma verursachen. Tiefgreifende Störungen des Selbst- und Weltverständnisses sind die Folge. Der Zugang zur Seele wird verschüttet. Symptome wie Flash-Backs, Alpträume, auto-aggressive Handlungen, Erregungs- und Erschöpfungszustände, Gefühllosigkeit, Depressionen und Beziehungsturbulenzen beeinträchtigen das tägliche Leben. Sinnzusammenhänge und zeitliche Dimensionen gehen verloren.

Dieser Workshop bietet eine Einführung in ein tieferes Verständnis zu der, sich aus einem Trauma entwickelnden, Seelenwunde und ein achtsames Konzept differenzieller Psychosynthese-Begleitung. Es werden zu gleichen Teilen Theorie und Praxis vermittelt.

**12.30h – 14h Mittagspause**

**Samstag, 12. März 05**

14h - 16h

**W3 Barbara Mettler v. Meibom: Wertschätzen dessen, was ist oder: Am langen Zügel reiten**

Ein Pferd, das am langen Zügel reitet, hat die Freiheit, seinen Weg selbst zu finden, ohne von außen gesteuert zu werden.

So ist es auch mit unseren Lebenserfahrungen: Wenn wir uns dem Prozess anvertrauen, wie er ist, anstatt ihn ständig verändern zu wollen, werden wir durch seine innewohnende Energie mitgetragen. Voraussetzung dafür ist Vertrauen, das aus unserer inneren Führung wächst. Auf sie sich mehr zu verlassen als auf das Vordergründige ermöglicht es uns, loszulassen, wachsen zu lassen und unseren Weg für den Ritt des Lebens zu finden.

Neben einer Einführung in Wertschätzung, Loslassen, Akzeptieren werden die TeilnehmerInnen den Themen durch erfahrungsorientierte Methoden näher kommen.

**W4 Walter Bott: Auf der Suche nach dem „richtigen Mann“, einer seltenen (Teil)-Persönlichkeit**

Richtige Männer denken hauptsächlich an Bier und Fußball, und das Wort „Liebe“ gehört nicht zu ihrem Wortschatz.

Ist doch so - oder .....

Was macht einen richtigen Mann aus?

Fragen Sie zwei Personen und Sie bekommen mindestens fünf Meinungen.

In diesem Workshop bekommen Sie ein Spotlight auf den „richtigen“ Mann aus biologischer, historischer, sozialer und ganz persönlicher Sicht des Referenten.

Außerdem erhalten Sie Gelegenheit, Ihre eigene, ganz persönliche Sicht des richtigen Mannes anzuschauen, ggf. zu ergänzen, zu vertiefen oder gar zu korrigieren.

Übrigens - es wird auch etwas über Frauen gesagt.

**Der Workshop findet definitiv nur statt,  
wenn mindestens fünf Männer teilnehmen.**

16h - 16.30h KAFFEPAUSE

**Samstag, 12. März 05**

16.30h - 18.30h

**W5 Kristina Brode: Weshalb bin ich ausgerechnet auf dieser Straße gelandet?**

Zur Gelassenheit durch Akzeptanz

Ist alles freier Wille oder muß ich manchmal einfach „Ja“ sagen zur Grabenlandung? Sind diese Landungen nur da, „to keep me awake“ oder gibt es einen höheren Sinn dahinter?

Wir arbeiten mit **Rückführungen** zu unserer Seelenabsicht und den damit verbundenen Lernaufgaben. „Was hat die schlimmste Bruchlandung mit meinem Lebensglück zu tun?“ wird eine der Fragen sein, die wir uns in den 2 Std. beantworten wollen.

Uns an dieses Kraftpotenzial zu erinnern, uns daran anzuschließen und es in unserem Alltag wieder verfügbar zu haben, ist das Ziel dieses Workshops.

**W6 Margarethe Peschko: Die Kunst die Balance zu halten**

Ausgewogenheit und Frieden können wir in unserem Alltag einlassen, wenn wir zur Ganzheit zurückkehren und anerkennen, wer wir wirklich sind. Sind Herz und Verstand in Einklang, können wir auf allen Ebenen unseres Erfahrungsfeldes eine konstruktive Interaktion herstellen. Bedrängt durch Ängste aller Art, erschaffen wir uns Projektionen im Außen, die uns augenblicklich von uns selbst entfernen. Häufig sehen wir uns dann als Opfer und nicht als Schöpfer unseres Lebens. Der Weg in die Freiheit führt jedoch aus der Opferrolle heraus hin zur eigenen Schöpferkraft. Verantwortung für die Gefühle, Gedanken und Handlungen zu übernehmen, bedeutet Vertrauen in sich selbst zu finden. Das erfordert von jedem einzelnen, dass er es wagt, sich seinem Herzen zuzuwenden und seine eigene Liebe spürt und fließen lässt. Eine Möglichkeit sich diesem Bewusstsein zu öffnen, ist die Zuwendung zum eigenen inneren göttlichen Kind, das genau seine Quelle kennt. In ihm erkennen wir unsere eigene Göttlichkeit, die uns durch diese Welt trägt, wenn wir das wollen.

Es geht nicht darum das Herz zu suchen, sondern es einfach zu öffnen.

In diesem Workshop geht es darum einen ersten Kontakt aufzunehmen zu unserem inneren göttlichen Kind, das uns zeigt, dass wir mit unserer Liebe und mit unserem Licht verbunden sind.

Sie erfahren, wie sie mit diesem Wesen in Verbindung treten, Sie können die Schatztruhe öffnen und die Vielfalt der Möglichkeiten, die Balance in Ihrem Alltag zu halten in Augenschein nehmen.

**Sonntag, 13. März 05**

**9h - 11h**

**W7 Ursel Neef: Mit der Trauer den Horizont erkunden**

Wenn wir etwas für uns Wesentliches verlieren, steht unser Ich vor einer schweren Aufgabe: Es muss sich in seinem Selbstbild neu erschaffen! In diesem Schöpfungsprozess erkennen wir vier typische Phasen, die von der Begleitung sehr unterschiedliche Hilfsangebote erfordert. Wie wunderbar, dass unsere Psychosynthese-Palette viele Farben kennt, die phasengerechte Betreuung erlauben.

In diesem Workshop möchte ich gerne einige gesellschaftliche Anschauungen zum Trauern erläutern, von den zentralen Phasen des Trauerprozesses und ihrer Betreuung durch Methoden der Psychosynthese erzählen und einige Gemälde von Patientinnen zeigen, die diese Arbeit dokumentieren.

Der Workshop ist in großen Teilen vortragsmäßig organisiert und soll das tiefgründige Verstehen von Trauerprozessen leisten; er wird helfen, die eigene Trauerarbeit transparent zu machen.

**W8 Renate Heimann: Tango mit dem inneren Schweinehund**

Kennen Sie die vielen Ratgeber und Tests mit Titeln, wie:

- Wie Sie Ausreden entlarven
- Tricks zur erfolgreichen Selbstüberwindung
- Mit Plan zur Traumfigur
- Die Freizeit richtig genießen
- Überwindung: Wie Sie lernen, auf andere zuzugehen
- Die 50 besten Tipps gegen faule Ausreden ??? usw. usw.

Der übliche Weg, sich mit dem inneren Schweinehund zu befassen, indem wir ihn bekämpfen.

In diesem Workshop wird es zwar auch um die vielen kleinen und großen selbstbehindernden, destruktiven Gewohnheiten und Glaubenssätze gehen, aber dann in erster Linie um die Transformation des inneren Schweinehundes in einen liebevollen, humorvollen und konstruktiven Tanzpartner in der Alltagsbewältigung, so dass es am Ende ein lustvoller feuriger Tango werden kann, bei dem beide mal führen, mal folgen - aber immer abgestimmt und harmonisch sind.

Wir werden die „wahren Absichten“ des inneren Schweinehundes und seinen wesentlichen Beitrag zu unserem Wohlbefinden und unserer Ganzheit erforschen. Mit einem integrierten „inneren Schweinehund“ werden wir uns den Zugang zu neuen wertvollen Qualitäten erschließen.

**11h - 11.30h KAFFEEPAUSE**

**11.30h - 13h Zusammenführung und Abschluss**

**13h Mittagessen**